

## Die Kinästhetik Praxis – Anleitung unter KollegInnen



Wie bearbeiten wir bloß  
Bewegungs – Themen?

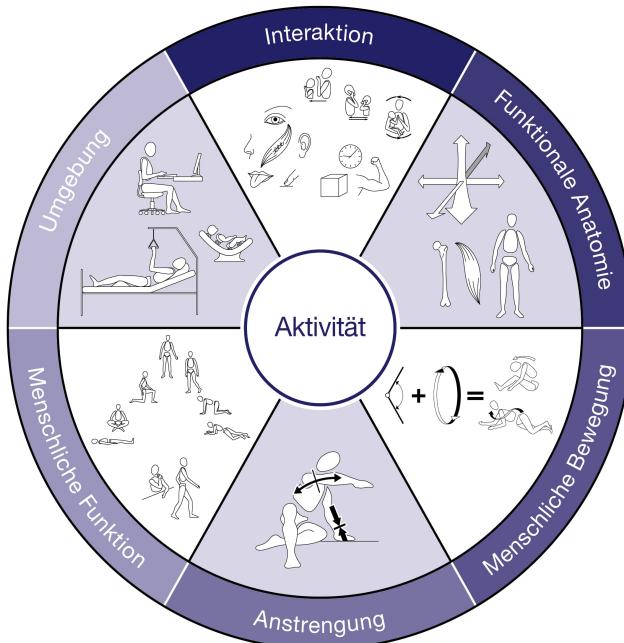
### Nicht nur drüber sprechen, sondern miteinander in Bewegung kommen

Eine Sportmannschaft trainiert – ein Profimusiker übt. Berührung und Bewegung ist unsere Hauptwerkzeug in der Pflege. Wann trainieren/üben wir? Selten bis nie.

Bevor wir uns mit den Problemen aus der Praxis beschäftigen geht es erst mal drum die Aktivität bei mir selbst verstehen:

1. Wie mach ich die Aktivität eigentlich selbst?
2. Eine KollegIn dabei unterstützen
3. Dann unterstützt die Kollegin mich
4. Und erst jetzt die Bewohnerthemen rein nehmen

Hilfreich für die Reflektion ist das Konzeptsystem, um die Erfahrungen beschreiben zu können. Ebenso, um Lernthemen zu formulieren (für mich/für den Bewohner).



Es geht nicht um Perfektion, sondern um von- und miteinander Lernen über Bewegungserfahrung



Kinaesthetics

Kinaesthetics – Bewegungskompetenz schafft Lebensqualität – die Bewegungswerkstatt 2025/2026